

☆ 健康相談・育児相談・健診など

内 容	対 象	日	曜	受付時間	と こ ろ
4 か月児健診	全地区	2/27	木	12:45~14:00	保 健 福 祉 セ ン タ ー
10 か月児健診		2/18	火		
1歳6か月児健診		2/6	木		
3歳4か月児健診		2/13	木		
愛 の 献 血	全地区 (16~69歳)	2/15	土	9:30~12:30 13:30~16:00	サニークシス南国店
		2/20	木	9:15~10:15	(株)アスティス高知支店
		2/27	木	9:30~11:00 13:00~16:00	高知県農業技術センター 旭 食 品 (株) 本 社

麻しん・風しん予防接種は もうお済みですか

この予防接種は、1期、2期ともに受けることによって、より強固な免疫を獲得し、病気の発生そのものを抑えることを目的としています。

対象期間内に受けていただくと、保護者の自己負担はありませんが、対象期間を過ぎて受けようとする、1万円前後の費用が必要になります。

この機会に予防接種を受けることをお勧めします。

	対 象 年 齢	接 種 期 限
1期	1歳児	2歳の誕生日の前日まで
2期	保育園・幼稚園の年長児に相当する間（平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれの方）	平成26年3月31日まで

※原則、麻しん・風しん混合ワクチン（MR）を使用します。麻しんまたは風しんのどちらか一方にかかったことのある方も、麻しん風しん混合ワクチン（MR）が接種できます。

※予診票はすでにお送りしています。転入された方、予診票を紛失された方は、保健福祉センターまでご連絡ください。

※この2ページの健診などの申込先・お問い合わせは

保健福祉センター

(〒783-0004 南国市大桶甲320
☎863-7373) まで

無料クーポン券 対象の方へ

有効期限は**3月20日**です！

乳がん検診・子宮がん検診

まだ受診されていない方は、無料クーポン券に同封した指定医療機関一覧表を確認の上、早めに受診を！

※2月14日(金)に保健福祉センターにて集団検診もありますので、ぜひお申し込みください。無料クーポン券対象者以外の今年度まだ受診されていない方も申込可能です。保健福祉センターまでお問い合わせください。

大腸がん検診

採便するだけの簡単な検診です。無料クーポン券対象者で今年度未受診の方は、ぜひお申し込みください。

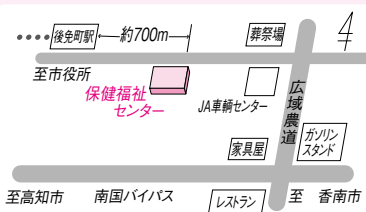
※40歳以上の市民であれば、無料クーポン券対象者以外の方の受診も可能ですが、検診料400円が必要となります。

■容器提出日時／2月14日(金)

8:30~15:30

■ところ／保健福祉センター

■申込方法／電話でお申し込みください。



ワンコイン クッキング

～おやつ作り～

家庭で愛情いっぱいの簡単にできる、手作りおやつを作ってみませんか。当日は託児もありますので、気軽にご参加ください。

■とき／3月11日(火) 9:30~11:30

■ところ／保健福祉センター

■定員／25名

■持参物／エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具

■参加料／500円

■申込締切／3月4日(火)

※託児定員は15名です。希望の方は受付時にお申し込みください。



～Men'sの厨房～

家族に任せっきりや外食ばかりになりがちな男性のみなさん。一緒に調理して、楽しく食べましょう。

■とき／2月28日(金) 10:00~13:00

■ところ／保健福祉センター

■定員／男性20名

■持参物／エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具

■参加料／500円

■申込締切／2月21日(金)



☆ 休日在宅医（変更する場合があります）

日 曜	当 番 医	電 話
2/2日	川本内科クリニック(駅前町)	864-2543
9日	南国厚生病院(立田)	863-3030
11火	宮田整形外科(篠原)	863-5885
16日	田村こどもクリニック(篠原)	863-0723
23日	J A 高知病院(明見)	863-2181
3/2日	岡豊病院(岡豊町)	866-2345

※当番医療機関では、専門外の疾病は十分診察できない場合があります。

子育て支援センター
ひよこルーム
対象は南国市内の未就園児とその保護者です。
ママ友達をつくって気分をリフレッシュしましょう。親子で遊びにきてください。電話での育児相談も受け付けています。



■ところ／保健福祉センター
■対象／妊娠から生後5か月までのお子さんとその保護者
※対象のお子さんの兄弟を連れての参加の場合は、子どもの同伴者が必要です。
■備考／2月12日(水)は、保健師・助産師による体重・身長測定、保健指導が受けられます。
*2月26日(水)は休みです。
出張ひよこルーム
■とき・ところ
▼2月4日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ
▼2月27日(木)・SUN SUN ながおか

■時間／午前10時～11時
「子育て講座」
■とき／2月25日(火)
午前10時～11時(受付午前9時30分)
■ところ／保健福祉センター
■内容／ミュージックケア親子で楽しく体を動かそう
■講師／岩城美喜江(ミュージックケア指定指導者)
■対象／1歳6か月以上の未就園児とその保護者
■定員／15組
*定員になり次第締め切ります。



～離乳食講習会（初期・中期）～

離乳食を作りながら、子育てについて情報交換しませんか？

当日は、母子保健推進員・託児ボランティアによる託児もあります。

■とき／2月25日(火) 13:30~15:30

■ところ／保健福祉センター

■持参物／母子手帳、エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具

■参加料／無料

■託児定員／15名